

В спорткомплексе «Олимпийском» стартует оздоровительная программа для пенсионеров

20.08.2014

21 августа в спортивном комплексе «Олимпийский» стартует **социальный проект «Активное долголетие»**, который направлен на вовлечение пожилых людей в занятия фитнесом, йогой и совсем новым направлением «мягкого фитнеса» под названием гирокинезис (gyrokinesis).

Для пенсионеров, живущих в Мещанском районе Москвы, где расположен «Олимпийский», они абсолютно бесплатны.

Инициаторами программы «Активное долголетие» стали сами пенсионеры, озвучившие предложение организовать для них «занятия более современными видами оздоровления» на встрече с кандидатом в депутаты Мосгордумы Ярославом Кузьминовым, организованной Центром социального обслуживания (ЦСО) Мещанского района.

Идею проекта поддержали акционеры спорткомплекса «Олимпийский», предоставившие помещения для занятий и весь необходимый инвентарь и президент Федерации фитнес-аэробики России Ольга Слуцкер. Занятия будут вести тренеры Федерации фитнес-аэробики.

Помимо фитнес-программы, консультанты Федерации будут читать лекции о правильном питании и здоровом образе жизни в Центре социального обслуживания.

Набор в группы осуществляется через Центр социального обслуживания (ЦСО) Мещанского района.

Адрес страницы: <http://krasnoselsky.mos.ru/press-center/news/detail/1217439.html>

[Управа Красносельского района](#)